

# 令和4年度 保健体育科シラバス(授業計画)

科目名	保健	単位数	1	対象	2年・海洋技術科3年
-----	----	-----	---	----	------------

## 1. 目標

個人及び社会生活における健康・安全について理解を深めるようにし、生涯を通じて自らの健康を適切に管理し、改善していく資質や能力を育てる。

## 2. 内容

(1)生涯を通じる健康 (2)社会生活と健康

## 3. 年間指導計画

月	時数	学習項目	学習内容
4	1	オリエンテーション	
	2	思春期と健康	1. 思春期には、生殖器が発達する 2. 思春期には不安や悩みが多い
	3		
5	4	性への関心・欲求と性行動	1. 性意識いは男女で差がある 2. 不正解な情報にまどわされない
	5	妊娠・出産と健康	1. 母体の健康を維持しよう 2. 母子保健サービスを活用しよう
	6		
6	7	避妊法と人工妊娠中絶	1. 安全で確実な避妊法を選ぶ必要がある 2. 人工妊娠中絶は、女性にとって大きな負担となる
	8		
	9	結婚生活と健康	1. 心身の発達が結婚生活の基盤となる 2. よいコミュニケーションが結婚生活を支える
7	11	中高年期と健康	1. 中高年期を健やかに過ごすために 2. 中高年期の健康をさせる取り組みが進んでいる
	12		
9	13	医薬品とその活用	1. 正しい使い方が医薬品の効果を高める 2. 医薬品の安全性を守る取り組みがある
	14		
	15	医療サービスとその活用	1. だれでも必要な医療を受けられる 2. 医療機関にはさまざまな役割がある 3. 医療サービスを上手に活用しよう
10	16	保健サービスとその活用	1. 保健行政は健康づくりを支援する 2. 私たちはいろいろな保健サービスを活用できる
	17		
	18		
11	19	さまざまな保健活動や対策	1. 多くの活動が、私たちの健康を支えている 2. ヘルスプロモーションにもとづく活動と私たち
	20		
	21	大気汚染と健康	1. 大気を汚染する物質が放出されている 2. 大気汚染は健康にさまざまな影響を及ぼす
12	22	環境汚染を防ぐ取り組み	1. 環境汚染の状況は変化している 2. 環境汚染を防ぐ、さまざまな取り組みがある
	23		
	24	ごみの処理と下水道の整備	1. ごみを適切に処理するために 2. 安全で質のよい水を確保するために
	25	食品の安全を守る活動	1. 食品の安全は、私たちの健康を左右する 2. 行政、生産・製造者がそれぞれの役割を果たす 3. 私たちも食品の安全を守る役割を担っている
	26		
	27		
	28		

1	29	働くことと健康	1. 働き方とともに、健康問題も変わってきた 2. 労働災害を防ぐために
	30		
2	31	働く人の健康づくり	1. 働く人の健康を保持増進するために 2. 余暇の有効活用は人生の質を高める
	32		
3	33	心肺蘇生法原理とおこない方	1. 心肺蘇生法は原理にもとづいている 2. 心肺蘇生法には適切な手順がある
	34		
	35	まとめ	